

УДК 796.012.5:796.323.2 – 057.874]:37.016:796:373.5(045)

Федченко О. В.

ФОРМУВАННЯ КИДКОВИХ РУХІВ У БАСКЕТБОЛІ, ШКОЛЯРІВ 7-9 КЛАСІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У даній статті розглядається проблема формування кидкових рухів у баскетболі школярів з врахуванням їх вікових особливостей на уроках фізичної культури у загальноосвітніх навчальних закладах, джерельно підкріплено та доведено актуальність проблематики формування кидкових рухів, розглянута специфіка та основні структурні елементи гри у баскетбол. Також у статті наведені та розглянуті результати статистичного експерименту частоти та ефективності кидкових рухів у професійному баскетболі на прикладі професійних команд, американської ліги NBA - Chicago Bulls і Boston Celtics.

Ключові слова: баскетбол, формування кидкових рухів у баскетболі, кидки м'яча в кошик, фізична культура.

Постанова проблеми. На даний час наша країна перебуває на стадії активного впровадження реформ в різних галузях, в тому числі й в галузі освіти. Згідно з прийнятими концепціями в 2009 році Концепцією «Розвитку фізичної культури та спорту на період до 2020 року», Концепція «Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» схваленою розпорядженням Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015р. № 1320-р – держава ставить перед собою мету створення умов для всебічного гармонійного розвитку людини, сприяння досягненню фізичної та духовної досконалості людини, виявлення резервних можливостей організму, формування патріотичних почуттів у громадян та позитивного іміджу держави у світовому співтоваристві.

Тобто перед такою соціальною сферою як фізична культура і спорт стоїть завдання гармонійного розвитку не тільки в фізичному, а й в духовному плані. Для вирішення поставленого завдання одним з головних засобів являють собою спортивні ігри, в тому числі і баскетбол.

Баскетбол є однією з основних частин змісту навчальної програми з фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах. Згідно з навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 5-9 класів, рекомендованою Міністерством освіти і науки України від 01.07.09 №1/11–4630 баскетбол відноситься до варіативного модуля, на який у середньому в школі відводять 18 навчальних годин. Однак не виключається можливість збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремого модуля.

У баскетболі існує велика кількість прийомів та методів їх застосування, з яких складається програма з баскетболу в школі, що дозволяє впливати на розвиток усіх основних функцій організму школяра, враховуючи їх вікові особливості та функціональні можливості організму.

Але недостатньо вивчений та проаналізований аспект формування кидкових рухів у баскетболі, школярів 7-9 класів під час занять фізичною культурою в загальноосвітніх навчальних закладах з врахуванням їх біомеханічних особливостей обумовило вибір теми мого дисертаційного дослідження – «Формування кидкових рухів у баскетболі, школярів 7-9 класів на уроках фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах».

Також в статті наводиться констатувальний експеримент з частоти та ефективності кидкових рухів на прикладі професійних зарубіжних та вітчизняних команд.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Баскетбол – не тільки самий захоплюючий, але і найдосконаліший з ігрових видів спорту. Він краще всіх інших по динаміці, різноманітності ігрових ситуацій, видовишності, емоційності сприйняття [4]. Аналіз літературних джерел також показав, що ряд вчених займаються висвітлення тематики формування техніки та прийомів гри в баскетболі [2; 4; 5]. Для більш детального розгляду формування кидкових рухів в баскетболі будуть застосовані в тому числі і й біомеханічні показники школярів. Джерельною базою з висвітлення необхідності застосування біомеханічних прийомів по даного питання виступають ряд вітчизняних публікацій [1; 3; 6].

Водночас досі не досліджене формування кидкових рухів у баскетболі, школярів 7-9 класів враховуючи їх біомеханічних особливостей.

На основі цих біомеханічних показників буде вперше побудована модель формування кидкових рухів у баскетболі для школярів 7-9 класів, під час уроків фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах.

Метою роботи є підвищення ефективності педагогічного процесу, розробка теоретичної основи і педагогічних засобів методики диференційного навчання й вдосконалення технічної майстерності

школярів з врахуванням вікових особливостей їх організму. Розробка рекомендацій для школярів 7-9 класів для підвищення ефективності їх кидкових рухів у баскетболі.

Результати дослідження. У даній статті будуть наведені дані з констатувального експерименту професійних команд американської NBA.

Для проведення статистичного аналізу ефективності та результативності кидкових рухів гри було поділено на такі основні ігрові елементи: *жести судді, дриблінг, передачі, підбір, перехоплення, блокшот, кидки в кошик*.

В свою чергу кидки в кошик були поділені на: *штрафний кидок, з трьох кроків, в стрибку, слем-данк*.

В статті наведені результати статистичного аналізу переглянутої гри між командами **Chicago Bulls vs Boston Celtics** яка відбулася 17.02.2017 року. Також наведена інформація що до віку, ваги та зросту гравців які виступали в даному матчі.

Boston Celtics:

Список гравців команди які виступали в основі та виходили на заміну в даній грі:

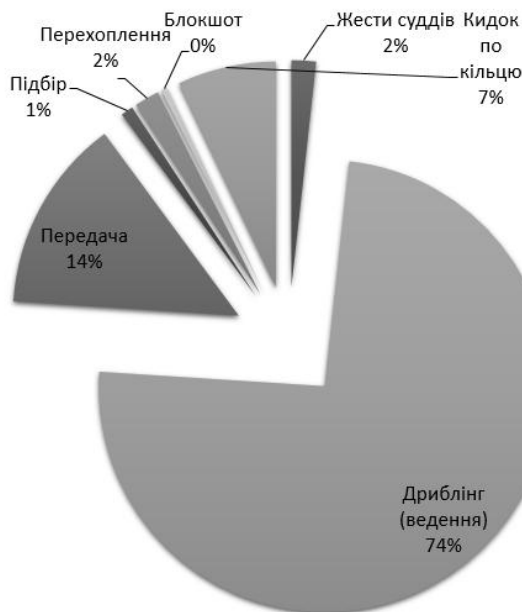
1. Исаяя Томас, зріст 1,75м, вага 84 кг, вік 28.
2. Йонас Жеребко, зріст 2,08м, вага 105 кг, вік 30.
3. Терри Розьєр, зріст 1,88м, вага 86 кг, вік 22.
4. Джеймс Янг, зріст 1,98м, вага 98 кг, вік 21.
5. Джеральд Грін, зріст 2,01м, вага 93 кг, вік 31.
6. Маркус Смарт, зріст 1,93м, вага 100 кг, вік 23.
7. Келли Онилик, зріст 2,13м, вага 108 кг, вік 25.
8. Тайлер Зеллер, зріст 2,13м, вага 115 кг, вік 27.
9. Амир Джонсон, зріст 2,06м, вага 109 кг, вік 29.
10. Джей Краудер, зріст 1,98м, вага 107 кг, вік 26.

Chicago Bulls:

1. Джериан Грант, зріст 1,93м, вага 90 кг, вік 24.
2. Бобби Портис, зріст 2,11м, вага 112 кг, вік 22.
3. Кристиано Феліссіо, зріст 2,06м, вага 121 кг, вік 24.
4. Робін Лопес, зріст 2,13м, вага 116 кг, вік 28.
5. Майкл Картер-Вільямс, зріст 1,98 м, вага 105 кг, вік 25.
6. Джимми Батлер, зріст 2,01м, вага 105 кг, вік 27.
7. Дензел Валентайн, зріст 1,96м, вага 96 кг, вік 23.

У даній статті опубліковані одразу фінальні результати гри за 4 чверті.

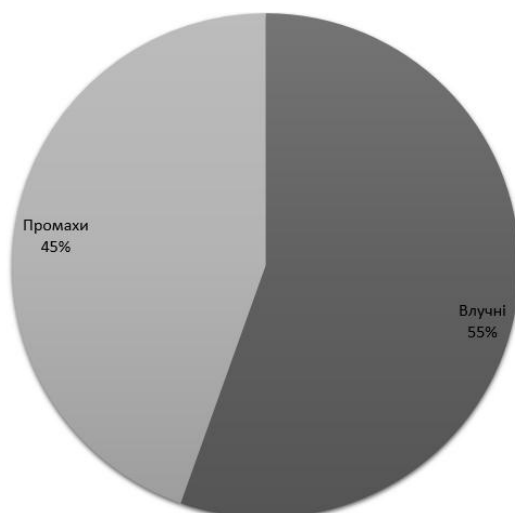
Як можемо побачити на малюнку 1, відсоток кидків у кільце в професійних командах американської ліги NBA складає 7% від всієї гри. Враховуючи, що кидок є ключовим елементом яким логічно завершується комбінація ігрових прийомів гравців, це досить високий показник.



Мал. 1. Фінальне відсоткове співвідношення прийомів за повну гру

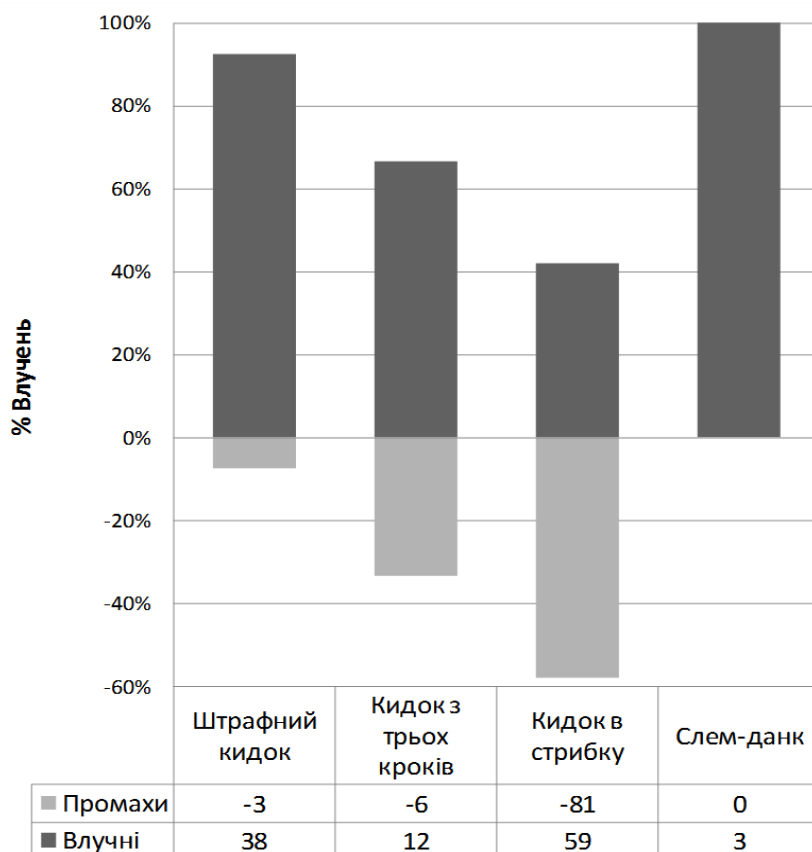
На наступній діаграмі (Малюнок 2) зображена відсоткове співвідношення влучних кидків та промахів.

Виходячи з даної діаграми (Малюнок 2) можна констатувати, що за гру **Chicago Bulls vs Boston Celtics** більш домінували влучні кидки, але перевага їх не значна.



Мал. 2. Відсоткове співвідношення влучень та промахів по кошику за повну гру

На третій діаграмі (Малюнок 3) можна побачити кількісні та якісні показники кидкових рухів за всю гру команд *Chicago Bulls vs Boston Celtics*



Мал. 3. Кількісні та якісні показники кидкових рухів за всю гру команд

Виходячи з даних діаграми (Малюнок 3), найбільшою популярністю серед професійних гравців американської ліги користуються *кидки в кошик в стрибку*, сумарна їх кількість за всю гру становить 140 кидків, але негативний відсоток (промахи) переважає над позитивними (влучними).

На другому місці по кількісним показникам йдуть *штрафні кидки*. Сумарна кількість становить 41 кидок, з яких 38 влучних. Штрафні кидки найбільш результативні у грі, оскільки відсоток промахів дуже малий.

Кидок з трьох кроків складний прийом, який найчастіше зіштовхується з різними видами блокування, відповідно і гравці зацікавлені використовувати його не так часто.. Сумарна кількість кидків з трьох кроків складає 18, з яких 12 влучних.

Слем-данк найбільш видовищний кидок, але частота його застосування найменша за гру. У даній грі було зафіксовано 3 кидки слем-данк, усі влучні.

В моєму дисертаційному дослідженні висвітлені ще 6 статистичних аналізів ігор професійних команд американської ліги NBA та вітчизняної ліги ФБУ, в яких більш детально висвітлена дана тематика, ознайомитися з ним можна буде в найближчому часі.

Висновки та перспективи подальших досліджень у даному напрямі. 1. Аналіз літературних джерел показав що проблема формування кидкових рухів є достатньо актуальною.

2. Проведений статистичний аналіз ефективності та результативності кидкових рухів, на прикладі професійних гравців американської баскетбольної ліги NBA.

3. Статистичний аналіз показав що за гру в професійній лізі приділяється 7% всього часу – кидкам в кошик, з яких відсоток влучних складає всього 55%.

В подальшому планується проведення статистичного експерименту ефективності та результативності кидкових рухів на базі загальноосвітнього навчального закладу, також будуть враховані біомеханічні показники школярів і на основі отриманих результатів побудувати модель формування кидкових рухів у баскетболі, школярів 7-9 класів.

Використані джерела

1. Лапутин А.Н. Биомеханика физических упражнений / А.Н. Лапутин, В.Е. Хапко. – К. : Радянська школа, 1996. – 135 с.
2. Мацак А.Б. Анализ игровой деятельности баскетболистов различных игровых функций и квалификации / А.Б. Мацак. // Научно-методические основы подготовки резервов в спортивных играх. – М., 1981. – С. 59-65.
3. Носко Н.А. Педагогические основы обучения молодёжи и взрослых движениям со сложной биомеханической структурой / Н.А. Носко. – К. : Наук. світ, 2000. – 336 с.
4. Орлова И. Баскетбол: основы обучения / И. Орлова. – Волгоград, 2011. – 112 с.
5. Пельменев В.К. Методика совершенствования точности бросков у баскетболистов / В.К. Пельменев // Учебное пособие Калинингр. ун-ту. – Калининград, 2000. – 162 с.
6. Чуста А.Ю. Біомеханічний контроль рівня сформованості рухової навички техніки кидків з дальньої дистанції в баскетболі студентів факультету фізичного виховання / Ю.А. Чуста // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. – Випуск 118. Серія: педагогічні науки. Фізичне виховання, тематичні серії. – Чернігів : ЧНПУ, 2014. – № 118 – С 294.

Fedchenko O.

FORMATION THROWING MOTION IN BASKETBALL, PUPILS OF 7-9 CLASSES AT PHYSICAL TRAINING LESSONS IN SECONDARY SCHOOLS

This article discusses the problem of forming throwing movements in basketball, students considering their age characteristics in physical education classes in secondary schools, supported by the source and the urgency of the problems of forming throwing motion, the specificity and the basic structural elements of the game of basketball. Also in the article are reviewed and the results of statistical experimental frequency and effectiveness throwing motions in professional basketball for example professional teams, the American league NBA – Chicago Bulls and Boston Celtics.

The information on the composition of the teams Chicago Bulls and Boston Celtics. Names of players who played in this match, their weight, height and age. In conducting the experiment ascertaining game was divided into the basic techniques and aspects influencing effect on her namely: gestures of judges (all judges gestures affecting the time or the outcome of the game (stop time, fouls, etc.)), dribbling (dribbling belongings here and tricks that pro athletes use to mislead their opponents) transmission selection (after a failed attempt two or three spectacted throw or the last free throw), interception blockshot, throws the ball in the basket. In turn, throws the ball in the basket were divided on the free throw (this possibility, provided the player to score one (1) point throw in the trash without interference from the position at the free throw line and inside the semicircle), a cast of three steps in jump, slam-dunk (kind of throw in basketball at which the player jumps up and one or both hands throwing the ball through the ring down). The paper presents three charts which shows the final percentage of receptions (gestures judge, dribbling, block-shot, interception, selection, throws the trash transfer) for the full game, the percentage of hits and misses in the basket for a full game and quantitative and qualitative figures throwing movements for the entire game commands. The last chart painted quantitative (hits and misses for the entire game) shots in the basket (free throw, three steps, jump shot, slam-dunk). and qualitative figures throwing movements for the entire game commands. In the last delineation painted quantitative (hits and misses for the entire game) shots in the basket (free throw, three steps, jump shot, slam-dunk). Overall analyzed the four quarters of the match and received the final results as published in this article.

Key words: basketball, throwing forming movements in basketball, throwing the ball in the basket, physical culture.

Стаття надійшла до редакції 15.03.2017 р.